بررسی سطح ۹۶، ۹۷ و ۹۸

کتابی نسبتا داستانی درمورد تکامل روانی

نویسنده: شکوفه حسین پور

.

.

.

لیست کامل کتابامو می‌تونید از لینک زیر دانلود کنید:

https://archive.org/details/@lastwinterinearth

اگه بازخورد خاصی نسبت به کتابام داشتید کافیه یه پیغام ذهنی ارسال کنید. من معمولا بازخوردها رو در خواب هام میبینم و میشنوم.

درمقابل محتوایی که مشغول مطالعه اش هستید مسئولیت پذیر باشید و نگاه انتقادی خودتون رو حفظ کنید. من سعی میکنم کتاب مفیدی بنویسم اما ممکنه اشتباهات زیادی هم داشته باشه.

.

.

.

ساعت ۲ و بیست و نه دقیقه ی شبه و قصد دارم امشب برای شناخت سطح ۹۶ مراقبه انجام بدم.

مطالعه ی سطح ۹۵ زیادی طول کشید و مجبور شدم یه فایل رو بهش اختصاص بدم. درنهایت هم با کمی ابهام به جمع بندی رسیدم. مطالعه ی بسیار سخت و آزار دهنده ای بود اما نتایج مناسبی داشت.

همچنین متوجه شدم که حرفام باعث رنجیدن بعضی ها شده. از اینکه رنج کشیدنتون رو دیدم خیلی خوشحالم و این حق من بود که همچین منظره ای رو ببینم. نوعی لذت سادیستی زیبا، میتونه به تدریج، بخشی از حساب و کتابی که بین ما هست رو صاف کنه. شما می‌تونستید خودتون داوطلبانه، بهای کارتون رو پرداخت کنید ولی فکر کردید که می‌تونید از زیرش در برید و با یه آدم ضعیف طرفید.

حالا ببینید که چجور بهتون میخندم و از دیدن حال و روزتون لذت میبرم.

.

.

.

ساعت ۲ و شونزده دقیقه ی ظهره. دیشب برای شناخت سطح ۹۶ تمرکز کردم.

خواب میدیدم که توی اتاقم هستم و یه گربه ی سیاه دارم. به جز گربه ی سیاه اهلی، یه گربه ی سیاه از بیرون اومده بود و کمی بی قراری میکرد. تصمیم گرفتم در رو براش باز کنم تا بره و علاقه ای هم نداشتم یه گربه ی دیگه نگه دارم.

در همین حین، یه حشره ی گزنده و درشت رو دیدم. میدونستم که میتونه نیش بزنه ولی تعلل کردم. حس میکنم گربه ی خونگیم رو نیش زد و به ویروس خشونت آمیزی آلوده اش کرد.

بعید میدونم این خواب ربطی به سطح ۹۶ داشته باشه بلکه حدس میزنم درمورد مسائل زندگی روزمره‌ام هست.

این درمورد کارها و مسائلی هست که دارم بهشون اهمیت میدم و اجازه میدم که وارد محدوده‌ی امنم بشن.

گربه‌ها برام نماد سرگرمی و فراغت هستن. کاری که دنبالش میکنی که مودت بهتر بشه. میتونه تصویری از یک دوستی، یک نوع معاشرت یا الگوی نوعی فعالیت باشه. گربه ی دوم، برای من نماد کارهایی هست که میخوام از زیر بارشون شونه خالی کنم چون برام سودی ندارم ولی باهاشون کمی توی رودروایسی هستم.

اون حشره‌ی گزنده هم نماد حرفا و رفتارایی هست که میتونن به امنیت خاطرم آسیب بزنن.

در واقعیت، توی گروهی هستم که در ابتدا فکر میکردم بد نیستن ولی خیلی زود فهمیدم که خوشم

ازشون نمیاد. برای ترک کردنشون تعلل کردم. امروز ترکشون میکنم.

این روزا هم مزاحم زیاد دارم. باسن سبحان ترک برداشته و رفته رفیق مفیقاشو جمع کرده به امید اینکه بتونه منو بچزونه. یادت هست همیشه دوست داشتی از توی شهوداتم ببینی قراره در آینده پاتو روی سر و شونه ی کیا بذاری و در آسمان ها بدرخشی؟ عارف مسلکانه و کمابیش مشتاق و غمگین.

هر وقت هم غیر مستقیم میگفتم لاشی هستی ناراحت میشدی. اینقدر از خودت ناامید نشو. یه گوهی مثل همون استادای نوری عقب مونده ات میشی و میشینید دور هم و سبزی امثال منو پاک میکنید دگوری های بی خاصیت. اینقدر ژست پسربد به خودت نگیر. هرکی ندونه من که میدونم چجور

مورد تمسخر داداشی های تاریکت هستی. جمع کردن یه مشت جن عقب مونده و اسم خودشونو هم نمی تونن افتخاری نداره عقب مونده.

برو یکم در سفینه ی استادات چاپلوسی کن، یکم وعده وعید سر خرمن بده، چه میدونم مثلا یکم داداشی وار برخورد کن. جنس رفاقتای شما اونقدرا هم پیچیده نیست، یه عده آس چ پاس بی غیرت، اهمیتی به ضمانتای سفت و سخت نمیدن. باور کن اونا هم مثل تو هستن، خسته از حرف شنیدن و سرزنش شدن، خسته از این که ضعیفه ای مثل من تو روشون وایسه و هر چی میخواد بهشون بگه و اونا هم نتونن جوابشو بدن.

باور کن من به لحاظ اخلاقی اونقدرا هم بی ثبات نیستم و کاملا هدفم بیرون کردن امثال تو از

فدراسیونه. اونجا جای تو و استادای هم فکرت نیست. با هر ذلت و خفتی هم که شده، همه شونو میفرستم به همون جهنمی که تو رفتی. بشین گریه کن مرتیکه‌ی لوزر که یکی مثل من باعث شد همه چیزو از دست بدی. تو از اولشم سگ درگاه من بودی و داشته‌هاتو صدقه سری من به‌دست آوردی، وگرنه با اون عقل کمی که داری، نهایت ابتکارت برای گذروندن یک تناسخ زمینی، مشغول شدن به تن فروشی بود.

هر حرفی هم که بخوام بارت میکنم، تو هم هیچ گهی نمی‌تونی بخوری. چون گردن من کلفته و تو هم یه موجود هرزه‌ای.

.

.

.

ساعت ۸ صبحه. دیشب برای شناخت سطح ۹۶ تمرکز کردم. خواب کم کیفیتی دیدم اما چه میباس کرد؟

در دنیای خواب میدیدم که بین یه زوج ثروتمند و معروف دعوا شده و خانومه از آقاهه شکایت کرده. مرده به رابطه‌شون زیادی خوشبین بود و فکر نمیکرد قراره کارهای غیراخلاقی‌ای که انجام میده، اینقدر براش گرون تموم شه.

درواقع انتظار نداشت که زنه اینقدر پیگیر و گردن‌کلفت باشه. اما زنه باعث شد که کلی خبر، و دادگاه خفنی درست شه. توقعات خانومه زیاد بود؛ غیر اخلاقی نبودن، فقط در تصور دیگران نمی گنجید که خانومه اینقدر اعتماد به نفس داشته باشه و همچین چیزایی از زندگی بخواد و اجازه نده که کسی ازش سواستفاده کنه.

در ادامه سعی داشتم کسب و کار خودمو راه بندازم. اگه درست یادم باشه زدم تو کار کاشت ناخون. یه‌سری وسایل خریدم و می‌تونستم بنا به سلیقه ام، رفته‌رفته افزایش‌شون بدم.

یکی از دوستای سلیطه‌ام مثلا میخواست مرام بذاره و تبلیغمو کنه ولی کلی هم چاهان پاخان زد ترک اسمم.

همچنین نمیدونم کی بهم پیشنهاد داد که چیزایی که به دردم میخوره رو از بقیه بدزدم و یا از جایی جمع کنم. من گفتم نه، میخوام بدونم چقد با زحمت خودم رشد میکنم، نه اینکه تقلب و دزدی کنم.

این وسط یه گفت‌وگوی ریزی هم با پدرم داشتم. اون هم مشکلات ذهنی خودشو داره مثلا درکی از این

نداره که آدما بابت ذوق و سلیقه و هنر، پول بدن و همیشه، پول کارمندی یا کارگری رو میخوره. از نظرش این کارا مفیدن و به هر نوع فعالیت دیگه ای بدبینه یا کار مفید حسابشون نمیکنه.

البته که برام اهمیتی نداشت. به نظرم آدمایی مثل اون، لیاقتشون همینه که خرحمالی بقیه رو کنن و مثل گدا گشنه ها پول به دست بیارن و خرج کنن.

در ادامه خواب میدیدم که به مسافرت رفتیم.در مقصدمون که یک محیط روستایی بود، برای پیاده روی و دیدن طبیعت اقدام کردیم. دیگه توی پیاده روی وسط سفر هم دنبال آب کردن چربی باسن هستید؟ خب مادر من همچین امیدی داشت.

وقتی به روستا رسیدیم هم وضع همین بود. نمیدونستم از ریاکاریشه یا احمق بودنش ولی اصلا

ایده‌ی سفر رو درک نمیکرد. لعنتی یه نگاهی به آدما کن، یه نگاه به این معماری کن، یکم هوای تمیز نفس بکش بلکه هوا به مغزت برسه. تو ازونایی هستی که هویجو واسه ویتامینش میخوری؟

ولی اون واقعا قصد داشت هویج رو واسه ویتامینش بخوره و این رفتارش واقعا منو ناراحت میکرد و حس میکردم با یه آدم عقب مونده دارم سفر میکنم.

حوصله ندارم دیگه جزئیات بیشتری توضیح بدم، باید برم صبحونه بخورم.

.

.

.

ساعت ۳ و چهارده دقیقه ی شبه و بهتر دیدم که قبل از خواب، چیزایی که امروز دیدم رو بررسی کنم. در

روزی که گذشت، برای شناخت بیشتر سطح ۹۶ تمرکز کردم. در دنیای خواب دیدم که زن جوانی هستم و در دنیای متفاوتی زندگی میکردم. سفری در یک منطقه ی جنگی و نیمه کوهستانی رو شروع کردم تا دارویی برای درمان بیماری مادرم پیدا کنم.

بنا به دلایلی میدونستم که در اونجا با احتمال بسیار بالایی، میشه مواد اولیه ی دارو رو پیدا کرد. من لباس یکسره ارغوانی رنگی داشتم و چهره ام خیلی متین و مهربان بود و شباهت زیادی به طیف سنتی و محافظ کار جامعه پیدا کرده بودم. عمدتا همچین سر و وضعی برای خودم درست کردم تا جلب توجه نکنه.

ولی توی راه، یه یارویی که احتمالا سراغ هر زن تنهایی میرفت و سعی میکرد مزاحمش بشه، به سراغ منم اومد و بهم پیشنهاد داد. ظاهر پیشنهادش

محترمانه بود اما حس بدبینی رو در من ایجاد کرد و میدونستم اگر سوار ماشینش نشم، قراره پیگیرم بشه و بیشتر برام مزاحمت درست کنه.

وانمود کردم که باغ خونوادگیم همون نزدیکیه و دیگه رسیدم بهش و نیازی ندارم کسی منو برسونه.

خودمو خنگ نشون دادم که فکر کنه بهش بدبین نشدم. اصلا سعی نکردم زرنگ به نظر بیام.

حدس میزنم این سطح درمورد مدیریت حس بدبینی یا مهارت واکنش نشون دادن در موقعیت بدبینی هست.

.

.

.

توی خواب دیگه ای میدیدم که دوست سابقم خیلی اطرافم ظاهر میشه و از اینکه یهویی ولش کردم ناراحته. به نحوی میدونستم که خوشش نمیاد مورد قضاوت بدی قرار بگیره و با توجه به نحوه ی تموم شدن رفاقتمون، حس میکرد بدترین قضاوت ها رو درموردش انجام دادم و سعی داشت منو در موقعیت قرار بده تا بتونه ازم حرف بکشه.

البته که اون به صورت آشکار، رفتار خصمانه ای نداره و خیلی فرد خوش برخوردی هست اما درون ذهنش میتونه هر چیزی باشه و اهدافشو به هر طریقی که شده دنبال کنه.

وقتی دیدم که نمی‌تونم ازش فرار کنم و همه جا دنبالمه، و حتی نوعی حس تهدید و بدبینی بهم دست داد، وایسادم و باهاش گفت و گو کردم. منم مثل

خودش، ملایم و بوجی موجی برخورد کردم و به روی خودم نیاوردم که وقتی این گفت و گو تموم بشه، دوباره تمام تلاشم رو میکنم تا از دستت فرار کنم و برام اهمیتی نداره چقدر در ظاهر، ملایم و مهربونی؛ تو ازونایی نیستی که علاقه ای داشته باشم شریک خوشحالی و ناراحتی هاشون باشم، حتی اگر ۹۰ درصد اوقات، فقط حرف های خوشحال کننده داشته باشی.

در دنیای واقعی، من کمی بعد از ازدواجش باهاش قطع رابطه کردم چون حس کردم سعی داره خودشو به جریان جامعه وصل کنه و امثال من که سعی میکنن کمی رادیکال تر باشن و مسیر خودشون رو بسازن، در نظرش یه مشت احمق لوزر هستیم. اون میتونست وقتی درحال صحبت درمورد ناراحتی ها و تجارب بدم هستم، با کلماتش ابراز ناراحتی کنه ولی

میتونستم حس کنم که اینا همه اش حرف مفته و مشکلاتم رو صرفا نتیجه ی دوری گزیدنم از عرف جامعه میدید؛ که البته واقعا هم دلیلش همینه ولی فرقش اینه که من هنوزم ترجیح میدم که از عرف جامعه دور باشم و باهاش سازگار نشم و اون این کارو اشتباه میدونه.

بماند که من اصلا انتظار نداشتم که بخواد به مشکلاتم گوش بده چه برسه به اینکه به حالم ترحم کنه. چیزایی که درنظر امثال اون خیلی خوشحال کننده است، درنظر من اونقدرا هم خوشحال کننده نیست.

چطور میتونم انتظار داشته باشم که این آدما درکم کنن؟ پس ترجیح میدم که در معرض زندگیم هم نباشن و درموردش فضولی نکنن. این چیزی نیست که امثال تو ازش سر در بیارن. شماها خیلی از این

اتمسفر دور هستید و اصلا در علایقتون هم نمیگنجه که یک فقره از افکار منو دنبال کنید و براساسش دست به تصمیم گیری بزنید.

.

.

.

برای پدرم در زندگی بعدی

سلام پدر عزیزم، امیدوارم حالت خوب باشه. مدتی بود که دوست داشتم برات نامه ی جدیدی بنویسم اما خودت بهتر میدونی که آخرین باری که به طور مرتب باهات حرف زدم، پارانویایی که نمیدونم چقدرش واقعی بود، باعث شد که کل فایل نوشته هام رو حذف کنم.

امروز شنیدم که یکی از هم محلی های سرشناست درگذشته و بچه اش که تقریبا هم سن منه این کارو ترتیب داده. واقعا شما پدر و مادرا شجاعت زیادی دارید. اما نیازی نیست از به دنیا آوردن من بترسید؛ درسته باهات اختلاف سیاسی دارم ولی توی زندگی فعلیم هم همیشه سعی کردم به روی خودم نیارم که چه افکار سیاسی ای دارم، چه برسه که به خاطرش دست به کار خاصی بزنم.

به تو آسیب بزنم؟ تو برای من مثل نورتریپتیلین و سرترالین بودی. هنوزم بعد گذشت چندماه، دیگه سراغ اون داروها نرفتم چون حالم خیلی بهتره.

راستش من بهتون بدبینی های زیادی دارم و لیگی که توش مبارزه میکنید، میدانی نیست که بابتش خودمو به دردسر بندازم و ابزارهامو بهینه کرده باشم. خیلی

از چیزایی که تو و مامان بابتش میجنگید، درنظرم اهمیت خاصی ندارن.

زندگی واقعا تراژیک و زخم زننده است و نمیدونم به تکرار دوباره‌ی مرگ، تولد، کودکی، بیماری و فرآیند سخت رشد، حس خوبی داشته باشم یا نه. چیزی که بهش حس خوبی دارم، تجربه ی عشق و محبتی هست که میتونم از شما دریافت کنم که حتی این هم دیوار خوبی برای تکیه دادن نیست، چراکه زندگی میتونه اینا رو از آدم بگیره.

شما واقعا زیبا هستید و خوشحالم که شانس رها شدن از چهره ی میمون صفتانه ی فعلیم رو بهم میدید. اگر میتونستم براتون خونه ای با تشک های نرم میساختم. خونه ای که سقف و دیوارش هم تشکی باشه و حتی توی خیابونا و پیاده روها هم تشک باشه. با کاپشن و

کلاه تشکی و نرم، میرفتیم بیرون و روی تشک ها می‌پریدیم و زمستون رو تماشا میکردیم.

من میدونم که کمی معتاد بازی شدی یا حداقل دست و دلت نمیره که کارایی که برات مهم هستن رو به شکل جدی تری انجام بدی؛ از انرژی و الگوی رفتارت حدس میزنم که همچین اتفاقی افتاده. اصلا اشکالی نداره که اینطور شده، صرفا شاید ارزش‌گذاری‌هات داره تغییر میکنه. حتی وقتی منفعل به نظر میرسی هم داری فکر میکنی و تبدیل به نسخه‌ی جدیدی از خودت میشی. تنها لازمه‌ی دیدن آینده اینه که زنده بمونی.

.

.

.

ساعت ۹ و چهل و سه دقیقه‌ی صبحه. دیشب هم برای شناخت سطح ۹۶ تمرکز کردم. خواب‌های متعددی دیدم و اتمسفر همه‌شون برام جالب بود.

خواب میدیدم که توی یه‌جور محیط آموزشی یا کلاس هستم. اونجا به‌شکل خاصی به ما موسیقی یاد میدادن و اون روز یک اجرا داشتیم که واقعا باعث ریزش کرک و پرم شد.

سیستمش اینطوری بود که مثلا سه نوازنده، به ترتیب، شروع به نواختن میکردن. نفر اول، یه ذره مینواخت و متوقف میشد؛ مثل گفتن یک پاراگراف یا حتی یکی دو جمله. نفر دوم، با توجه به اصواتی که نفر اول درست کرده، موسیقی رو ادامه میداد.

من خیلی غرق قضیه بودم و برام شگفت انگیز بود که به کمک موسیقی، داریم حرف‌های انتزاعی میزنیم و

معنی حرفای همدیگه رو هم به شکلی انتزاعی میفهمیم.

در مرحله‌ای، چشمام رو بسته بودم و داشتم گیتارم رو می‌نواختم که دو نوازنده‌ی دیگه هم بهم نزدیک شدن و به‌طور همزمان، گیتارهامون رو نواختیم. حس میکردم نزدیک بودن گیتارها به هم، باعث تقویت صداشون به شکل عجیبی میشد و محفظه‌ی هر گیتار، علاوه بر صدای خودش، صدای دو ساز دیگه رو هم بازتاب میداد.

بعد از تموم شدن کار، معلم ازمون خواست که تجربه‌مون رو توضیح بدیم و منم که خیلی جوگیر بودم، با پیازداغ زیادی، درمورد اینکه چی از سر گذروندم گفتم.

یکی از همکلاسی هام از حرفام خوشش اومد و بعد از اون روز، رابطه‌ی صمیمانه ای بین ما شکل گرفت. در حین صحبت‌ها فهمیدم که اون برخلاف چیزی که وانمود میکنه یک پسر نیست و جنسیت خودشو پنهان میکرد؛ شاید چون احساس ناامنی داشت.

بعد از اون روز، معلم ما ماموریت جدیدی بهم داد و ازم خواست که تحقیقی درمورد نوعی مهارت روانی انجام بدم یا همچین چیزی.

خواب ورق خورد و میدیدم که با دوستام روی یک قایق، بازی میکنیم. از این قایق های نسبتا بزرگی که اتاقک و تجهیزات دارن. بنا به دلایلی که درک نمیکردم، قایق از ساحل فاصله گرفت و وقتی متوجه فاصله

شدیم خیلی ترسیدیم؛ چون ما چند تا بچه بودیم و نمی تونستیم دوباره قایق رو به ساحل برگردونیم.

به یکی از بچه ها گفتم که مراقب دوستش باشه و ایده ای که توی سرش بود رو اجرا نکنه. اگه درست یادم باشه به سمت ساحل شنا کردم تا کمک خبر کنم.

اون قصد داشت شلنگ بلندی که توی قایق بود و یک سرش به ساحل وصل میشد رو اونقدر بکشه که قایق به سمت ساحل بره ولی به ایده اش بدبین بودم چون این کارش صرفا میتونست باعث پاره شدن شلنگ بشه و قایق رو بیش از پیش از ساحل دور کنه. اگر شلنگ پاره میشد، عملا قایق در دریا سردرگم میشد.

.

.

.

ساعت ۱۱ و چهل و پنج دقیقه ی شبه و با توجه به کیفیت خواب‌های بعد از ظهرم، فکر میکنم که وقت جمع‌بندی برای سطح ۹۶ هست. اسم این سطح رو میذارم: واکنش نشون دادن در موقعیت بدبینی.

موضوعی که با توجه به الگوی سطوح قبلی، تاحدی قابل پیش بینی بود.

امشب میرم سراغ بررسی سطح ۹۷.

.

.

.

بررسی سطح ۹۷

ساعت ۲ و پنجاه و چهار دقیقه ی ظهره. دیشب برای شناخت سطح ۹۷ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که توی سناریوی یکی از فیلمای پدر آینده ام هستم.

در این داستان، یه فرد با قدرتای ذهنی فوق العاده بالا وجود داره که اهداف شرورانه‌ی نیمه پنهانی رو دنبال میکنه.

پدرم و دوستانش توی تیمی هستن که نسبت به شرارت ابرشرور داستان آگاه هستن و قصد دارن باهاش مبارزه کنن.

اونا این کار رو نسبتا ضایع انجام میدن و دشمنیشون بسیار واضح هست. در دنیای خواب، منم دوست داشتم کاری بر علیه اون ابرشرور انجام بدم ولی اصلا موافق روش بقیه نبودم و دلیلشم خیلی واضح بود، اون ابرشرور، به حدی قدرتمنده که کوچکترین نیت آسیب زدن رو میفهمه و برای آسیب زدن بهش، بهتره حیله‌گرانه‌تر برخورد کرد و بهش خیلی نزدیک شد.

پدر آینده‌ام و دوستانش به هیچ‌جاشون نبود که من چی میگم. با این وجود، میل به بقا اونقدری درونم قوی بود که بهشون پشت کنم و ایده ی خودمو پیاده کنم، و اهمیتی ندم که منو از خودشون میرونن.

من با شخصیت ابرشرور داستان دوست شدم و اون از ظاهر مطیع و سادومازوخیست و افکار و رفتار بیمارگونه‌ام خوشش اومد و منو با خودش به ماجراجویی‌هاش میبرد.

من حسابی توی نقشم فرو رفتم و حتی تپش قلبم هم ذره‌ای از ریتم مناسب خارج نمیشد تا مبادا شخصیت ابرشرور، با شنیدن صداش، به نیتم شک کنه. اون حساسیت زیادی داشت و همه چیز رو میشنید و میدید اما لزوما عمیق‌ترین نیت‌ها و خواسته های انسان‌ها رو درک نمیکرد.

.

.

.

ساعت نزدیک ۳ بعد از ظهره. دیشب هم برای شناخت سطح ۹۷ تمرکز کردم. خواب میدیدم که توی یه جور سیستم آموزشی بزرگ، در حال گشت و گذار و جمع کردن اطلاعات هستم. نمیخواستم کسی متوجه حضورم بشه و هویتم رو افشا نمیکردم.

یه روز به خونه برگشتم و پدرم و یه مرد رو دیدم که مشغول حرف زدن و تماشای تلویزیون هستن. میخواستم یواشکی، چندتا از وسایلم رو بردارم و برم و کسی متوجه حضورم نشه اما وقتی اومدم که از اتاق برم بیرون، اونا چشم‌شون به من افتاد.

مردی که کنار پدر فعلیم نشسته بود، پدر آینده‌ام یا پدرم در تناسخ بعدیم به حساب می‌اومد و ما همدیگه رو می‌شناختیم.

پدرم ازم درمورد زندگیم پرسید و گفت در چه حالی؟ درست رو تموم کردی؟

گفتم: نه، رفتم دنبال زندگیم. دو بار به دانشگاه رفتم و هر دو بار هم خوشم نیومد و درس رو ول کردم.

برای پدر فعلیم اهمیتی نداشت ولی آثار تعجب و ناراحتی رو میشد توی چهره ی پدر آینده ام دید. اون به نحوی برام افسوس خورد که به آینده ام اهمیت نمیدم.

دوست داشتم بهش توضیح بدم که من هیچوقت یادگیری رو رها نکردم و بیشتر از هر دانشجویی، برای یادگیری و مطالعه تلاش میکنم.

اما اونجا موقعیت مناسبی برای حرف زدن نبود.

.

.

.

توی خواب دیگه ای میدیدم که تنها هستم و و بدم نمیاد که یک جفت داشته باشم. به کسی تعهد نداشتم و علاقه ای هم نداشتم به هرکسی متعهد بشم. در اون موقعیت، صرفا پسرخاله ی عقب مونده ام که ترکیب نافرمی از ازدواج فامیلیه در دسترس بود.

من باهاش جفت گیری کردم اما اینو هم همچنان میدیدم که چه آدم بی ادب و نا محترمین. منم حق

احترام رو در حقش به جا آوردم و در اولین فرصت که دیگه بهش نیازی نداشتم، ترکش کردم. اون فکر میکرد که زخم خیانت رو چشیده و درست هم فکر میکرد. هرچند همزمان که باهاش بودم با کسی ارتباط نداشتم اما از اینکه باعث شدم فکر کنه نارو خورده، دروغ شنیده و بهش به چشم یک ابزار جنسی نگاه شده، بسیار راضی بودم.

.

.

.

ساعت ۱۱ و پنجاه دقیقه ی شبه. امروز هم برای شناخت سطح ۹۷ تمرکز کردم.

در دنیای خواب میدیدم که یک جشن عروسی ناگهانی درست شد و کلی مهمون جمع شدن. فامیل هامون در

دنیای خواب تا حد زیادی فرق داشتن و دیدن بعضی هاشون برام خوشحال کننده بود.

از اونجایی که معمولا پیش نمی اومد در یک جشن بدرخشم و لباس و مواد آرایشی و هنرم در ساختن ظاهرم بدون بازدید باقی می موند، با ذوق زیادی داشتم خودم رو آماده میکردم.

یه لباس مجلسی سفید پولکی داشتم که کمابیش میتونستم بپسندمش. موهامم استایل کردم ولی از نحوه ی نشستن لباس به بدنم راضی نبودم و با خودم میگفتم ای کاش لاغر بودم یا حداقل یه گن داشتم.

داشتم خودمو آرایش میکردم که یهو کولر روشن شد و روی دور تند رفت. بنا به دلایلی که درک نمیکردم هم قادر به خاموش کردنش نبودم و صدا و باد شدیدش

حسابی اذیتم میکرد. از خواهرم خواستم که خاموشش کنه.

خواهرم زیاد خوشش از این جشن ناگهانی و مهمون ها نمی اومد و ذوق من رو احمقانه میدونست. در ادامه دیدم که رفت بیرون و مشغول صحبت با یکی از مهمون ها شد که اونم خوشش از بقیه نمی اومد و عقیده داشت که بین یه مشت اسگل دهاتی گیر افتادن و ارزش نداره که به خاطرشون، به خودمون زحمتی بدیم.

ولی من لزوما بابت حفظ آبرو به خودم نمیرسیدم و واقعا ذوق اینو داشتم که خودمو نشون بدم و برقصم. صحبت لزوما سر این نبود که خودمو ملزم به حفظ ظاهر بدونم.

شاید فقط اون لحظه ای که بابت فرم لباس و هیکلم کلافه شدم، زیادی درگیر ظاهرداری شدم و از عرف اسکینی پسند حساب بردم.

متاسفانه خواهرم در حالی تموم شد که درگیر دلمبه های بدنم بودم و نتونستم برم خودنمایی کنم. حتی در دنیای خواب هم یه جشن و مهمونی ایده آل ازم دریغ شد.

.

.

.

زیاد مطمئن نیستم اما حس میکنم سطح ۹۷، درمورد عیارسنجی و تمرکز روی موضوعی هست که ارزشش رو داره اما در اون اتمسفر و موقعیت خاص، نادیده گرفته میشه.

اونچه که میتونه به ما سود برسونه، همیشه تمجید شده و در دسترس نیست. فرهنگ عمومی، ایده های خوب رو معمولا دیر کشف میکنه یا ممکنه صرفا در خانواده یا محیطی باشید که اتمسفر خاصی رو تشکیل داده و منطبق با خواسته ها و پتانسیل های واقعی شما نیست. تمرکز روی اونچه که ارزش داره و بی توجهی نشون دادن به چیزهایی که به دردتون نمیخورن، گاهی میتونه کار سختی باشه.

با احترام به همنژادهای ماهی صفتم، این مهارت خیلی شبیه به شکار ماهی به کمک قلابه. برای این کار لازمه که تمرکز داشت و قلاب، یه ابزار بسیار کوچیک در مقابل محیط و اتمسفر شکاره اما دقیقا همین تمرکز روی قلاب هست که شکار ماهی رو ممکن میکنه.

به عنوان یک مثال صلح آمیزتر، فکر میکنم که این سطح، شبیه به پیدا کردن سوزن در انبار کاه هست. هدفی که حتی دیده نمیشه چه برسه ارزش یا خطرش درک بشه. مثل مو رو از ماست کشیدن یا پیدا کردن آفتی هست که میتونه به تدریج، به خیلی چیزا آسیب بزنه و دردسر درست کنه، هرچند که در ظاهر، چندان دیده نشه یا جثه ی کوچیکی داشته باشه.

.

.

.

در ادامه ی بررسی سطح ۹۷ خواب میدیدم که در مدرسه ای شبیه یه جور کالج، مشغول درس خوندن هستم. میگم کالج چون به نظرم سن و سالمون بیشتر از حد معمول بود و انسان های بالغی به حساب می

اومدیم و اینطوری هم نبود که همه ی افراد توی کلاس، سن و سال مشابهی داشته باشن.

یکی از همکلاسی ها توجهم رو جلب کرد. اسمش شان بود و سنش تقریبا از همه بیشتر. فرد جدی و بی تفاوتی نسبت به کلاس به نظر میرسید و میگفتن که سال هاست که توی همین کلاس مونده و به سطح بعدی نمیره.

وقتی که تعطیل شدیم، دیدم که به دفتر آموزشگاه رفت و با اساتید، مشغول صحبت شد.

توی راهرو، بچه ها داشتن پشت سر شان حرف میزدن و میگفتن که اون به صورت خانوادگی تو کار مواد مخدر هست و دلیل اینکه ثروتمنده و گیر نیوفتاده هم قدرت زیادشونه.

من به صورت تفریحی، تو کار جمع کردن اطلاعات و جاسوسی بودم و به کمک راه های ناشناس و امنی، این اطلاعات رو هم به دست افراد قدرتمند و هم رسانه ها میرسوندم. عین کارای این کمیک بوک ها و بتمن صفتا. من هدف بدی نداشتن و از داده ها برای پیدا کردن رفتارها و آدمایی استفاده میکردم که میتونستن جامعه رو متشنج کنن و امنیت روانی رو کاهش میدادن.

از اینکه نتونسته بودم توی دفتر آموزشگاه شنود بذارم ناراحت بودم. فرصتی پیش نیومد که به دفتر برم وگرنه حتما این کار رو میکردم. صرفا یه بیسیم کوچیک داشتم که صرفا صداهای نزدیک پشت دیوارها رو با کیفیت بدی به گوشم می رسوند. توی اون وضعیت هم چیزی برای ضبط کردن صدا نداشتم اما

صدا، صدای شان بود و واقعا داشت درمورد مواد مخدر و معاملاتش حرف میزد.

ولی در ادامه، حس کردم دارم به شکل دیگه ای به منبع صدا نزدیک میشم و هر چه ابزار خودمو به سمت ساختمون آموزشگاه میبرم، اتفاقا صداش بیشتر مختل میشه.

منبع اصلی صدا، دختر جوانی در یک خیابون خلوت بود که داشت با موبایل حرف میزد و صداش رو به کمک نرم افزار، تبدیل به صدای شان کرده بود.

سعی کردم خیلی بی تفاوت به نظر برسم و راهمو از دختره جدا کردم اما فکر کنم متوجه من شد و یکی از آدماش رو دنبال من فرستاد تا منو یه جای خلوت گیر بندازن.

در اون موقعیت، شانس آوردم که نزدیک جاده ای بودم که پسرهای دبیرستانی و کوچکتر، تازه تعطیل شده بودن و داشتن به خونه میرفتن. در حالت عادی اصلا خوشم نمی اومد که قاطی همچین آدمایی بشم ولی در اون لحظه، حس کردم اونها چقدر میتونن امن باشم. پشت سر چندتاشون که هاله ی تمیزتری داشتن راه افتادم و اون فرد غریبه، نتونست به خواسته اش برسه.

صرفا باید گزارشمو ایمیل میکردم، بعدش دیگه کسی عنمو هم نمی تونست بخوره و اونا بودن که تفتیش میشدن و گیر می افتادن.

.

.

.

اسم سطح ۹۷ رو میذارم مهارت مو رو از ماست کشیدن. چون الگوی مشترک این خواب، گشتن به دنبال چیزی هست که خیلی جزئی اما عمدتا تهدیدآمیزه. چیزی که در حالت عادی، خیلیا متوجه وجودش نیستن و اطمینانی هم نیست که پیدا بشه اما وجود داره و از بین نرفتنش، میتونه خسارت ایجاد کنه.

پیدا کردنش سخته و خلاقیت و اراده به خرج دادن برای پیدا کردنش، به عهده ی خود آدمه. همیشه صحبت از کارآگاه بازی واضح نیست بلکه صحبت از پیدا کردن خلل یا نابهنجاری ای هست که وجودش میتونه آزاردهنده باشه.

مهارت مو رو از ماست کشیدن.

.

.

.

بررسی سطح ۹۸

ساعت ۳ و چهل و دو دقیقه ی بعد از ظهره. امروز برای شناخت سطح ۹۸ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که یهو یه سری یاروی قدرتمند و البته شرور جامعه وارد خونه شدن. البته که اونا هم طرفدارهای خودشون رو داشتن و خیلیا متوجه فسادشون نبودن.

چند بار ازشون پرسیدم آیا مطمئنید که راهو درست اومدید؟ آیا مطمئنید که این همون خونه ای هست که میخواستید برید؟

در ادامه با من به صورت خصوصی حرف زدن و حتی اجازه ندادن اعضای خانواده ام که حسابی

چاپلوسشون بودن هم متوجه حرفا بشن. اونها میخواستن منو تعلیم بدن و وارد سیستم خودشون کنن. یعنی اینقدر به پیسی و نداری خورده بودن که چندرغاز کارهای من، توجهشون رو جلب کرده بود.

ازشون پرسیدم میدونید که من ثروت خاصی ندارم که خرج مهاجرت و اسکان در شهر رو بدم یا به دانشگاه برم.

ولی اونها میخواستن خودشون هزینه ها رو بدن که این موضوع، به نوبه ی خودش، حس بدبینی رو در من ایجاد کرد و بوی نوعی میل به سواستفاده ی جنسی رو پشت ذهن مردی که از همه شون قوی تر بود دیدم.

اینطوری نیست که پیدا کردن برده ی جنسی براشون سخت باشه ولی ارتباط درون گروهی با فردی که

قدرت گرفتن خودش رو بهت مدیونه و میتونه بهت خوش خدمتی کنه و کارمندت هست، فانتزی دیگه ایه. منم توی این خواب، خوشگل تر از دنیای واقعی بودم. جاسوس خوشگل و خوش خدمت، برده ای در لول دیگه است.

در پایان انتظار داشت که فورا قبول کنم. مخصوصا که گفته بودم دوست دارم ادامه تحصیل بدم ولی گفتم: باید درمورد پیشنهادتون فکر کنم.

و قصدم این بود که به هر قیمتی که شده ردشون کنم.

.

.

.

ساعت نزدیک ۵ صبحه. خواب های اخیر، منو یاد اصلاح اوسینت یا هوش منبع باز میندازن. این اصطلاح برای جمع آوری و تحلیل داده های عمومی و پراکنده از اینترنت و منابع آزاد به کار میره و یکی از حیطه هاییه که خیلی بهش علاقه دارم، هرچند که نمیدونم چجور میشه ازش استفاده ی مفیدی کرد.

همچنین چیزی که برام عجیبه اینه که این موضوع، از برخی مهارت هایی که اخیرا در مسیر تکامل ظاهر شد تفکیک شده و وجوه خاص خودشو داره. چون یادمه برخی مهارت های حوالی سطح ۵۰، تا حدی شبیه اوسینت بودن.

اگر سطوح تکامل روانی درمورد اوسینت صحبت میکنن، احتمالا منظورش چیزی فراتر از استفاده و توصیفات معمول اوسینت هست. در اینجا صحبت از

شناخت ماهیت انسان و نحوه ی کار کردن جامعه است. در دنیای واقعی، معمولا استفاده هایی که از اوسینت میشه خیلی ایدئولوژیک و جانبدارانه است در حالیکه میشه ازش برای تحقیقات انسانی تری استفاده کرد.

اوسینت درنظرم شبیه همین قضیه ی مو رو از ماست کشیدنه اما در یک توصیف حماسی تر، شبیه کشیک دادن و کنکاش و انتظار برای خودنمایی شکار بالقوه است. اوسینت لزوما دنبال اطلاعاتی که چندان قفل شدن نمیره بلکه توی داده های در دسترس اما انبوه و پراکنده کاوش میکنه. هر کسی ابزارها و روش های کاوش خودشو داره یا میسازه.

اوسینت معمولا با مهارت های ریاضیاتی و بعضا کدنویسی و علم کامپیوتر شناخته میشه اما من به

وجه روانشناختیش علاقه دارم. آدما میگن که شما هر کاری در اینترنت انجام بدید، هرچقدر هم رد خودتون رو پاک کنید، باز هم یه رد پایی ازش باقی میمونه. من همچین دیدگاهی رو درمورد تجارب انسانی دارم. هرچقدر هم یک میل یا عمل پنهان بشه، باز هم رد پایی از خودش رو توی رفتار ها، انتخاب ها و مسیر فرد نشون میده.

اینترنت پر از آدمایی هست که سعی دارن محافظه کار باشن یا ریکارانه ظاهر بشن اما توی انبوه ردپایی که از خودشون به جا میذارن، تصویری از نیات واقعی و بعضا کارهایی که انجام دادن اماذسعی دارن پنهان کنن وجود داره و بسته به موقعیتی که درونش قرار میگیرن، بسیاری از این مسائل کشف و افشا میشن.

آدما همیشه وضعیت روانی ثابتی ندارن و ممکنه وقتی حالشون خوش نیست یا تمرکز ندارن، یه توییت خاصی بزنن، عکسی رو به اشتراک بذارن یا حرفی بزنن که حقایق خاصی رو درموردشون افشا کنه.

به عنوان فردی که عموما در حال وراجی و نوشتنه، ترجیحم اینه که چیزی برای پنهان کردن نداشته باشم و پنهان کاری رو برای تداوم ماجراجوییم به کار بگیرم نه برای اینکه از افشا شدن حقیقت وجودیم میترسم. منظورم اینه که من کاری نکردم که نخوام مسئولیتش رو بپذیرم.

.

.

.

ساعت نزدیک ۱۱ صبحه. دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۹۸ تمرکز کردم. نمیدونم این خواب ربطی بهش داشته باشه ولی خب مینویسمش.

خواب دیدم میخوام یه دست لباس جدید بپوشم. لباس رویی و نهاییم قشنگ و تمیز بود ولی لباسای زیرش همه پر از جای لکه و خون بودن. حتی ارزش جایگزین کردن هم نداشتن چون اثرات بیماری دائمیم بود و با وجود اینکه میشستمشون ولی لکه ها میموند.

با وجود اینکه لباس روییم مشکلی نداشت ولی باز هم ازینکه کسی منو ببینه خجالت میکشیدم. شاید چون لباسم زیادی کوتاه بود. ولی به نگرانیم تا حدی غلبه کردم. حتی از دختر بچه ی همسایه هم خجالت میکشیدم.

.

.

.

ساعت ۲ و یازده دقیقه ی شبه و چند روزی از آخرین باری که سراغ این کتاب اومدم میگذره. کمی استراحت کردم و چند تا از کتابایی که در سال های اخیر نوشتم رو مرور کردم. در نهایت به این نتیجه رسیدم که ادبیات داستانی اونقدرا هم زیر دستم خراب نمیشه. مثلا به کتاب ۱۳ راه شیرین زیاد حسی نداشتم ولی با مرورش فهمیدم میتونم در قالب داستان، احساسات پیچیده تری رو توضیح بدم و کشف کنم.

ولی الان باید بخش جدید این کتاب رو بنویسم. مجددا برای شناخت بیشتر سطح ۹۸ تمرکز کردم. در دنیای خواب میدیدم که در حال مرور رفتار خواهرام

در برهه های مختلف زندگی هستم. با خودم کشمکش داشتم که اونها چقدر لایق توجه و کمک هستن و آیا واقعا دارن قربانی شرایط زندگی میشن؟

در نهایت، این خوابم بود که بهم ثابت کرد احمق ماجرا منم و خواهرام از هر رانتی که تونستن استفاده کردن و همین کاراشون هم اتفاقا به پدرم بیشتر قدرت میداد که ما رو کنترل کنه و اگه کسی باعث شد این وضعیت تغییر کنه من بودم.

چیزی که توی خواب ناراحتم میکرد این بود که شرارت و بی لیاقتی پدرم برام واضح جلوه میکنه اما شرارت خواهرام، دقیقا زیر لایه ای از زنانگی پنهان میشه. این در حالیه که خودشون به این موضوع اقرار کردن و به همدیگه گفتن که اخلاقای بدت هیچ فرقی با پدرمون نداره.

چند روز پیش که خواهرم داشت این حرف رو تکرار میکرد، ازش پرسیدم اخلاقای بد منم مثل پدرمونه؟ اون جواب داد نه، اخلاقای بدت یه مدل دیگه است.

خوابم بهم توصیه کرد که برای همچین آدمایی دل نسوزونم و از دیدن دعوای گرگ و کفتارها لذت ببرم. من نمی تونم آدمایی که بدم ازشون میاد رو در یک مبارزه ی مستقیم به زمین بزنم.

من واقعا داشتم به این فکر میکردم که شاید باید به خواهرم کمک مالی بیشتری کنم ولی خوابم بهم گفت اگه در یک موقعیت مشابه، حاضر بودی به پدرت کمک مالی کنی، پس به خواهرت هم کمک مالی کن.

اگرم نمیدونی پولتو چجور خرج کنی، خرج این کن که تجربه ی جدیدی برای خودت خلق کنی. یه چیزی بخر

که سرگرمت کنه و جالب باشه. منم گفتم چشم، چی بهتر از این؟

.

.

.

حدس میزنم که سطح ۹۸، نحوه ی استفاده از مهارت اوسینت رو توضیح میده. جمع آوری داده یه چیزه و استفاده ی ازش یه چیز دیگه است.

اوسینت، با این فرض انجام میشه که اتفاقی در حال رخ دادنه یا نیاتی وجود داره که میتونن آسیب ایجاد کنن. به عنوان یک مهارت روانی، این نیت ها یا رفتارها، میتونه حتی در زندگی شخصی و درون خود فرد باشه.

اوسینت با توجه به تحلیل داده‌ها، پیامدهای احتمالی رو پیش بینی میکنه و میتونه پیش آمدهای ممکن رو پیش بینی کنه. فکر میکنم اوسینت، وجه خاصش رو در شناسایی نیت آدما نشون میده.

این خواب اخیر، از این بابت برام جالبه که مستقیما به مسائلی درمورد جنسیت حرف میزنه.

خواهرهای من، زن ستیزهای بالقوه هستن. گرچه شاید بشه برخی از رفتارها و عقاید فعلیشونو هم به طور مستقیم یا غیر مستقیم به زن ستیزی ربط داد اما منظورم اینه که اونا به معنی واقعی کلمه میتونن مثل پدرم، زن ستیز باشن؛ بعضا حتی از اون هم بدتر.

این موضوع، لزوما نشونه ی آشکاری نداره. چه بسا که خواهرهای من، خیلی هم خودشون رو فمینیست و تاثیرپذیرفته از چنین جریاناتی میدونن و به راحتی

مردها رو نقد میکنن و درمورد مظلومیت زن ها حرف میزنن. اونها میتونن انتقادات تندی رو به مردها تعمیم بدن و به راحتی، اونها رو دور بندازن و ازشون فاصله بگیرن چون درنظرشون مردها ارزشش رو ندارن.

اونها ابدا این مشکل رو با زن ها ندارن و میتونن با طیف متنوعی از زن های سنتی تا بسیار امروزی، ارتباط بگیرن و ازشون حمایت کنن.

این دقیقا بخشی هست که من باهاش مشکل دارم. در نظرم زنی که با ساختارهای موجود یکی میشه و راحت کنار میاد یا بهتره بگم هیچ خلاقیتی در ساختن و تثبیت اصول اخلاقی خودش نداره و یک کپی کامل از یک سیستم رایجه، در صورتی که به عنوان یک مرد متولد میشد هم با سیستم کنار می اومد و باهاش یکی میشد.

به طور مثال مادر من، نمونه ای از یک زن راضی به خانه داری و وابسته کردن خودش به درآمد و نیروی کار مرد هاست. حالا اون مرد میخواد همسرش باشه، پدرش، برادرش یا پسرش. اون صرفا برای انجام کارهایی تلاش میکنه که به طور عرفی، زنانه تعریف میشن. یعنی اگر حتی قادر به انجام کاری باشه اما اون کار مردونه باشه، به احتمال زیاد اصلا انجامش نمیده.

برای همین هم من فکر نمیکنم که اون فرق خاصی با پدرم داشته باشه و درتصورم، اگر یک مرد بود شاید حتی نفرت انگیزتر از پدرم ظاهر میشد.

به همین دلیل هست که دوست ندارم خودم رو یک فمینیست بدونم و صحبت دقیقا درمورد اینه که علاقه ای ندارم توی گروه یا ایدئولوژی خاصی میکس

بشم. فکر میکنم بسیاری از فمینیستایی که تا امروز دیدم، بیشتر از اینکه دنبال نجات زن ها باشن، مایل به تحمیل تقصیرها به مردها هستن.

من علاقه ای ندارم که در موضع قربانی قرار بگیرم چون قربانی کسی هست که حتی اگر بخواد هم نمی تونه جلوی استعمار شدن خودشو بگیره. فکر میکنم زن ها نه تنها با خلاقیت و هوش خودشون میتونن روی دیگران تاثیر بذارن بلکه انتخاب های بسیار جالبی برای شرارت و سواستفاده ی متقابل وجود داره و کافیه اراده کنید.

من علاقه ای ندارم خودمو یه زن مظلوم ببینم؛ اتفاقا میتونم آدم بسیار شرور و بدی باشم و افراد زیادی رو فریب بدم و ازشون سواستفاده کنم. میتونم به آدما

دروغ های آبداری بگم و برای رنج دادنشون، نقشه های دور و درازی بکشم.

.

.

.

ساعت ۴ و چهل و پنج دقیقه ی بعد از ظهره. دیشب هم برای شناخت بیشتر سطح ۹۸ تمرکز کردم. در دنیای خواب، میدیدم که تصمیم گرفتم وارد یه ازدواج سنتی بشم و پدر و دایی ها و پدر بزرگم، کاملا از تصمیم احمقانه ام حمایت کردن و پسر بدبخت مردم رو تو رودروایسی قرار دادن تا ندیده و نشناخته منو بگیره.

پسره بهش برخورده بود که بهش فشار آوردن تا زود با من عروسی کنه ولی از اونجایی که خودش هم بدش

نمی اومد با عرف عمومی همراه بشه و از مزیتاش بهره ببره، با این قضیه کنار اومد.

فارغ از حقارتی که تجربه میکرد، دیدن من هم زیاد تحت تاثیر قرارش نداد. یه دختر قد کوتاه و چاق که زیاد هم لباسای جالبی نپوشیده؟ اینا همه اش ویژگی های منه.

منم میخواستم برای روز عروسیم، خودم خودمو آرایش کنم و مونده بودم که چه مدل مویی رو انتخاب کنم. این وسط حتی یاد سامحو افتادم. توی خوابم میدونستم اون معشوق منه و شانس اینو دارم که در زندگی بعدی باهاش هم مسیر شم.

اما شخصیتی که در دنیای خواب داشتم اهمیتی به این حرفا نمیداد و با صدای گوز دهانی بلندی، به صدای وجدانش واکنش نشون داد و گفت: چرا باید

منتظر کسی بمونم که شاید هرگز نبینمش و به فرض دیدنش بهم وفاداری نشون نده؟ منتظر موندن و دنبال انگلی مثل سبحان گشتن، برای هفت پشتم کافیه.

من فکر نمیکنم مشکل شخصیت دنیای خوابم این بود که نبود معشوقش رو بهانه کرد بلکه وجه شرورانه ی عملش، قاطی شدن با عرف احمقانه و تحمیل خودش به مردی بود که ازش خوشش نمی اومد. توی این خواب، منم از مرده خوشم نمی اومد ولی اتفاقا از همین که در موقعیت یک عروس قرار بگیرم و بتونم رابطه ی جنسی داشته باشم، لذت میبردم. بماند که همچین مرد منفعل و ضعیفی، امیال سادیستی و تاریکمو هم بیدار میکرد.

در بخش دوم خواب، در زمان و مکان کاملا متفاوتی بودم. چندتا دختر جوون دانشجو رو میدیدم که دارن

درمورد کیوت ترین پسر کلاسشون حرف میزدن و میگفتن این پسره از همه چیز بهتره.

توی خواب، وقتی پسره رو دیدم خنده ام گرفت. اون اسکینی بود و پوست سفیدی داشت. نسبتا بور و موهای فری داشت و قیافه اش کمی احمقانه به نظر میرسید. کمی بعد، متوجه شدم که پسره خود من هستم و دنیا از چشم اون میدیدم.

در ظاهر، یه پسر جذاب و امن جلوه میکردم اما مشکل این بود که اصلا نمی تونستم آزاد باشم و رابطه ای که میخوام رو بسازم. من داشتم توسط یه مرد گنده و خشن استعمار میشدم. اون بیشتر از مزیت قلدریش برای استعمار من استفاده میکرد و هر چی پول و وسیله بهم هدیه میدادن رو ازم میگرفت. منو مجبور

میکرد تا با زن های پولدار باشم و از این طریق، براش کسب درآمد میکردم.

از اون مرد گنده خیلی میترسیدم و برای اینکه بهم آسیبی نزنه، تسلیمش میشدم. یکروز برای اینکه باهام بهتر برخورد کنه، وانمود کردم که مازوخیستم و بهش میل جنسی دارم. البته که بدم نمی اومد باهاش رابطه داشته باشم اما بخش اعظم تصمیمم به این برمیگشت که میخواستم بهم کمتر سخت بگیره و کمی بیشتر دوستم داشته باشه. اون مرد کودن، لاف عاشقی منو باور کرد اما در عین حال، از اینکه رابطه مون لو بره خیلی میترسید و اصلا دوست نداشت به عنوان یک همجنس گرا شناخته بشه و مورد تمسخر قرار بگیره.

در جریان خواب دیشب، من هم در موقعیت یک زن قرار گرفتم و هم یک مرد. اگر در ظاهر به داستان نگاه

کنیم، زن، بیشتر از مرد در موقعیت محدود و اجبار و قربانی بودن قرار داشت. زن داشت یه ازدواج سنتی میکرد و کسی هم دوستش نداشت و قبلا هم خیانت دیده بود و توجیهاتش منطقی به نظر میرسید. همچنین در خواب دوم، من درظاهر یه مرد جذاب و دلربا و آزاد بودم. اما برام خیلی واضحه که به عنوان یک مرد، بیشتر احساس قربانی بودن داشتم و زندگی بهم سخت میگرفت.

در خواب اول، حداقل یک لذت سادیستی رو میتونستم تجربه کنم و به بعضی از خواسته هام برسم اما خواب دوم، درنظرم خیلی موقعیت حقارت آمیز و تلخی بود.

در خواب اول، میتونستم جلوی ازدواج رو بگیرم و بهش تن ندم اما تصمیم گرفتم ادامه پیدا کنه و

شوهرم، درنظرم قربانیم بود ولی در خواب دوم، تنها و تنها این من بودم که قربانی میشدم و هیچ چیزی بهم نمی رسید.

اسم این سطح رو میذارم: مهارت استفاده از اوسینت

در بخش بعدی می‌تونید خلاصه ای از سطوحی که تا امروز بررسی کردم رو بخونید.

.

.

.

-1- بعد منفی یک: توهم- هالوسیناسیون (Hallucination)- هالوسیناسیون به تجربه ی ادراکی اشاره داره که بدون وجود محرک خارجی رخ میده، مثل شنیدن صداهایی که وجود ندارن یا دیدن تصاویری که واقعی نیستن. این مفهوم معمولا در

ارتباط با اختلالات روانپریشی مثل اسکیزوفرنی، یا در اثر مصرف مواد توهم زا بررسی میشه.

همچنین اصطلاح توهم ادراکی (Perceptual illusion) برای اشاره به خطاهای حسی که ناشی از پردازش مغزی هستن به کار میره.

اصطلاح هزیان (Delusion) هم مرتبطه.

0_ بعد صفر: انگیزه، معنا_ خود تعیینی انگیزشی (Motivational Self-Determination) این اصطلاح به توانایی فرد در ایجاد انگیزه ی درونی اشاره داره، بدون وابستگی به عوامل بیرونی مثل پاداش ها یا فشارهای اجتماعی.

1. بعد یک: هدف، جهت-

2. جریان اندیشه (منطق افکار، ایجاد ارتباط علت و معلولی ساده در افکار)

3. ارتباط (به منظور ساخت فرهنگ)
4. نطق
5. تعلیم
6. شهود
7. درک احساسات (همدلی، همزاد پنداری)
8. خلق تجربه (برای خود و دیگران)
9. مبارزه با نابهنجاری (تفکیک خیر از شر)
10. خوشبینی (تفکیک خوشبینی بهنجار از نابهنجار)
11. وفاداری

12. خلق تجارب سطح بالا برای افرادی که قادر به لمسش نیستن
13. درک اونچه که گفته نمیشه
14. وجهه ی اجتماعی، سرشناسی، کاریزما
15. اشتیاق
16. باور
17. تغزل، نماد پردازی، صراحت یا عدم صراحت
18. مهندسی معکوس
19. تعصب، غیرت
20. شبیه سازی
21. سکاندار، برنامه ریزی آگاهانه‌ی ناخودآگاه دیگران
22. کلکسیون سازی

23. چیزی مثل قدردانی. دیدن و ارزیابی و استفاده از پتانسیل‌ها، با توجه به هدفی که توی ذهن داریم. این مهارت می‌تونه کمک کنه تا چیزای به درد نخوری که سعی میکنن خودشونو مهم جلوه بدن یا به خاطر عرف، زیادی بهشون بها داده شده هم ببینیم و از نتایج تحلیل‌مون حذفش کنیم.

24. قدرت طراحی خلاقانه‌ی پارامترای تحلیل احساسات فردی (این روش تحلیل، کمک میکنه تا رفتارا و الگوهای فکری آینده‌ی فرد یا جمعو هم پیش بینی کرد)

25. سایه‌های گذشته. داستانی که پشت سر موجوده و تحلیل بهینه‌اش.

26. الگوهای حذف داده. آنتی پروپاگاندا
27. توانایی شناخت و حذف داده‌هایی که دروغ هستن. دروغایی که به طور مستقیم بیان نمیشن اما طوری طرح ریزی شدن که از طریق تحلیل داده‌های آشکار اما دروغین یا غیر مهم، بهشون برسی و باورشون کنی. دروغی که عمدا پنهان شده تا باورپذیر جلوه کنه.
28. تکنیک کشف و افشای دروغ سه لایه به جهت منحل کردن یک سیستم
29. دیدن بازتاب انعکاس. دیدن تاثیری که توی بخش نابهنجار ناخودآگاه و ذهن یه عده میذاری ولی سعی دارن این تاثیرو کتمان کنن.
30. شک شهودی. گاها چیزای بیشتری برای شک کردن وجود داره اما ممکنه که ذهن خودآگاه، قادر

به شناساییش نباشه. با این وجود، شک شهودی به عنوان یه پارامتر تحلیلی در نظر گرفته میشه.

31. طرح تلقین، آشنایی با مفهوم تلقین و نقشی که در طراحی ناخودآگاه جمعی داره و استفاده از این ادراک، جهت بهینه‌سازی قضاوت و تحلیل
32. طراحی تلقین، آشنایی با نحوه‌ی طرح ریزی تلقین های بهینه برای ارتباط گرفتن با ناخودآگاه جمعی. تولید کننده‌ی طرح تلقین.
33. توانایی‌های کشف الگوهای حقارت
34. توانایی‌های افشای الگوهای حقارت
35. کشف الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس
36. طراحی الگوهای افشای الگوهای سالم و فاسد کسب عزت نفس

37. کشف الگوهای نابهنجاری مظلوم نما (انتقاد به موقع یا زودهنگام نسبت به نابهنجاری‌ای که سعی داره خودشو پنهان کنه یا بی خطر نشون بده.)
38. شناسایی و نقد الگوهای مرتبط با جبرگرایی که سعی دارن یه موجود بعضا بی مسئولیت رو قربانی و ناچار نشون بدن.
39. کشف زمانی که بهتره ناامید شد و از یه موضوع دست کشید.
40. مهربانی
41. کشف و شناسایی الگوهای ویروسی مرتبط با مهربانی
42. خلاقیت در مهربانی ورزیدن

43. درک مفهوم سادیسم. سادیسم به خودی خود نه مثبته و نه منفی. لازمه ازش در جهت مثبتی استفاده کرد.
44. کشف الگوهای نابهنجار سادیستی
45. تعلق
46. شناسایی الگوهای ویروسی تعلق
47. مسئولیت پذیری
48. الگوهای خلاق مبارزات مرتبط با مسئولیت پذیری

49. کشف موقعیت های مناسب نشون دادن مسئولیت پذیری

شناخت فرصت های مسئولیت پذیری یا Responsibility Opportunity Identification: توانایی شناسایی موقعیت

هایی که فرد میتواند مسئولیت پذیری خود را نشان دهد و تاثیر مثبت بگذارد.

50. جدا شدن از موقعیت هایی که بهشون حس تعلق داریم اما مغایر با حس مسئولیت پذیری هستن.

جداسازی شناختی یا Cognitive Detachment: توانایی تفکیک احساس تعلق از مسئولیت پذیری و تصمیم گیری منطقی در شرایط ناسازگار.

51. ریشه‌های پنهان مشکلاتی که عوارض طولانی مدت یک نابهنجاری به حساب میان.

تحلیل علت های ریشه ای یا Root Cause Analysis- RCA: رویکردی که به شناسایی عوامل پنهان و بنیادی مشکلات میپردازد تا از تکرار آن ها جلوگیری کند.

52. کار کردن با مشکلات اجتماعی ای که سبب ناسازگاری و بی تعلقی شما به جامعه شدن. موقعیتی که انتظار میره باهاش سازگار بشید اما نمیخواید که این کارو انجام بدید. مدیریت فشار روانی قرار گرفتن در چنین موقعیتی و همزمان، انجام دادن کاری که میدونید درسته.

تاب آوری اخلاقی یا Moral Resilience: توانایی حفظ اصول اخلاقی در شرایطی که

جامعه سعی دارد فرد را به سازگاری با ارزش های ناسازگار سوق دهد.

استقلال شناختی یا Cognitive Independence: مهارتی که فرد را قادر میسازد بدون تاثیرپذیری از فشارهای اجتماعی، تصمیمات منطقی و اخلاقی بگیرد.

53. پیدا کردن و نگه داشتن رگ مشکل، در شرایط ناسازگار- تاب آوری تحلیلی یا Analytical Resilience: مهارتی که فرد را قادر میسازد در شرایط نامطلوب، مشکلات را شناسایی کند و راه حل های موثر را برای آن ها بیابد.

یا پایداری شناختی (Cognitive Persistence): توانایی تمرکز بر مشکلات مهم، حتی زمانی که جامعه سعی دارد آن ها را کم اهمیت جلوه دهد.

-وضعیت جامعه، سعی داره شما رو از نگه داشتن رگ مشکل و کار کردن باهاش منصرف کنه. وانمود میکنن که موضوع مهمی نیست.

-مشکل مذکور میتونه عوارض طولانی مدت قابل توجهی داشته باشه و همین مزید بر علته که بهش اهمیت ندن.

-کار کردن با مشکل مذکور، نوعی سادیسم رو به دنبال داره. یعنی میونه باعث جریحه دار شدن احساسات دیگران بشه.

-جامعه ای که قراره باهاش کار کنید، لزوما بهتون حس تعلق نمیده. اگه مهربون باشن هم یه مهربونی به درد نخور و بیمارگونه است.

-فرقش با سطح 52 در اینه که مشکل در سطح 52، جلوه ی آشکارتری داره اما در این سطح، وضعیت جامعه، بسیار مستعد پوشوندن و موجه جلوه دادن نابهنجاری هست. ممکنه حتی خودتونو هم موقتا به خطا بندازه.

54. مزرعه ی وحشی اطلاعات- تفکر استراتژیک انطباقی یا Adaptive Strategic Thinking:

مهارتی که فرد را قادر میسازد در محیط های نامطلوب، داده های ارزشمند را شناسایی کند و برای ماموریت های آینده استفاده کند.

-با بی میلی سراغ کار کردن با جامعه ای میرید که نه بهش تعلقی دارید و نه علاقه ی چندانی دارید که بهش حس تعلقی پیدا کنید.

-مهربانی خودتون رو به شکلی نشون میدید که لزوما به چشم هم نمیاد و طبق عرف و خواسته های جامعه نیست اما چون میدونید کار درستیه انجامش میدید.

-برای ناله و فغان آدم های بی مسئولیت، تره هم خورد نمیکنید و با نوعی سادیسم بسیار بهنجار، به چرخه های کارمایی یا بهتره بگم علت و معلول در سطح کلان، نگاه خردمندانه ای میندازید.

-در حین انجام دادن مجموعه ای از کارهایی که میدونید درسته، اطلاعاتی استخراج میشن که انتظارشون رو ندارید ولی کاربردی هستن. درست

مثل پیدا کردن یک مزرعه ی خودرو از محصولاتی که انتظارشون رو نداشتید.

-این اطلاعات، قراره در طراحی ماموریت های بعدی و کار کردن با جامعه، مفید واقع بشن.

55. ایمان_ تاب آوری روانشناختی یا Psychological Resilience: تاب آوری از دیدگاه روانشناختی، یعنی توانایی مدیریت استرس، حفظ امید و مقابله با آسیب های ذهنی.

56. عقده_ بازسازی شناختی یا Cognitive Restructuring: فرآیندی که فرد با تغییر الگوهای فکری ناسازگار، تاثیر عقده های روانی را کاهش میدهد.

57. شیطان در جزئیات است

پردازش جزئیات شناختی یا Cognitive Detail Processing: مهارتی که فرد را قادر میسازد به جزئیات ظریف توجه کند و از آن ها برای تصمیم گیری بهتر استفاده کند.

58. آناتومی شناسی رفتار و حرف انسان ها برای درک بیشتر پتانسیل ها و جزئیات انرژی ای که درونشون هست. در شناسایی ویروس های روانی، مهارت این سطح شبیه اینه که آناتومی راسو بشناسید تا قبل از اینکه بچوسه، واکنش مناسبی نشون بدید. در حالت مثبت میتونه نقش مفیدی در از بین بردن تروما داشته باشه.

درک انرژی روانی یا Psychological Energy Awareness: بررسی سطح انرژی روانی افراد و تاثیر آن بر رفتار و تصمیم گیری.

59. پیش آگاهی – پیش بینی شناختی ((Cognitive Forecasting یا تفکر آینده نگر (Prospective Thinking)

60. مدیریت نفرت- Hatred Monitoring

61. درک دلایل بی فکری یک فرد یا جامعه

62. هدف گذاری شخصی سازی شده یا Self-Directed Goal Setting- این مفهوم به توانایی فرد در تنظیم اهداف و مسیر رسیدن به آن ها براساس سبک و ترجیحات شخصی خود اشاره دارد.

63. مهار شناختی یا Cognitive Inhibition: توانایی جلوگیری از ورود اطلاعات نامربوط به جریان فکری و حذف افکار ناخواسته.- بازداری پاسخ یا Response Inhibition: کنترل پردازش های ذهنی و کاهش واکنش های خودکار به افکار مزاحم.

64. تفکیک شناختی زیبامحور یا Aesthetic-Cognitive Filtering: فرآیند روانی ای که به فرد کمک میکنه تا افکاری که ظاهر جذابی دارن ولی از نظر محتوایی زائد هستن رو تشخیص بده و کنار بذاره.

65. طراحی روش های خلاقانه برای رهایی از انواع افکار زائد- متاروش‌زدایی شناختی یا Cognitive Mata-Decluttering: این اسم ترکیبی از متا به معنی فراتر رفتن و بازاندیشی و روش زدایی به معنی حذف زوائد ذهنیه. در روانشناسی شناختی، پاکسازی ذهن از افکار زائد می تونه باعث افزایش تمرکز، خلاقیت و پردازش اطلاعات کارآمدتر بشه. این مفهوم میتونه به طراحی استراتژی های ذهنی برای پالایش افکار و ایجاد مسیرهای فکری نوین و خلاقانه اشاره کنه.

66. آگاهی از دیوارهای ذهنی یا Cognitive Barrier Awareness: شناسایی موانع فکری و فرهنگی که از محیط اجتماعی و تربیتی به فرد منتقل میشن. این دیوارها اغلب نامرئی هستن اما تاثیر عمیقی روی تصمیم گیری ها، باورها و حتی احساس آزادی فرد دارن.

67. سازگاری- با دیوارها و سدهای کوچک اما متعدد کنار اومدن برای مبارزه با دیوارها و سدهای بزرگتر و پراهمیت.

سازگاری شناختی-اجتماعی یا Social-Cognitive Accommodation: اصطلاحی که در روانشناسی اجتماعی برای توصیف تطبیق ذهنی با ساختارهای ناعادلانه یا پیچیده به کار میره بدون اینکه الزاما فرد به صورت آگاهانه تسلیم شده باشه.

68. تولید روش های خلاقانه برای مبارزه با دیوارهای ذهنی
69. چیزی شبیه به سندرم استکهلم- درک الگوهای کنار اومدن و موجه جلوه دادن نابهنجاری های بدیهی و رایج، تحت تاثیر فشار روانی ناشی از نابهنجاری های پیچیده- اسیر شدن و دامن زدن به نابهجاری های رایج و ساده برای مواجهه با یک نابهنجاری پیچیده.
70. چیزی شبیه به سانتی مانتالیسم- درک و استفاده از تحریکات احساسی شدید و تشخیص انواع مثبت و منفیش.
71. کشف ریشه‌های پنهان سانتی مانتالیسم
72. طراحی واکنش مناسب به سانتی مانتالیسم
73. کشف الگوهای انکار

74. طراحی واکنش مناسب نسبت به انکار
75. هشیاری اتمسفری
76. آگاهی انتخابگرانه نسبت به اتمسفر
77. طراحی واکنش مناسب نسبت به اتمسفر
78. درک مفهوم آبرو
79. طراحی واکنش مناسب نسبت به چالش های مرتبط با آبرو
80. مهارت درک آینه ی خاکستری- تشخیص سوتفاهم از اشتباه عمدی
81. طراحی واکنش مناسب نسبت به موقعیت آینه ی خاکستری، موقعیتی که طرف مقابل، دچار قضاوت اشتباه یا سوتفاهم شده اما نمیشه لزوما مقصر قلمدادش کرد و این وضعیت، بیشتر نشات

گرفته از آگاهی پایین و دور بودن طرف مقابل از یک اتمسفر خاص باشه.

82. طراحی ایده برای سواستفاده از سوتفاهم ها.

یعنی از سوتفاهم هایی که آدما با بی فکری و خودخواهی بهش دچار شدن استفاده کنید که برعلیه شون کاری انجام بدید یا جامعه شون رو اصلاح کنید. این کار به خودی خود نه مثبت هست و نه منفی و بستگی داره که شما چه قصدی داشته باشید. در حالت مثبت، این سطح از ما میخواد که سوتفاهم هایی که با بی فکری و خودخواهی شکل گرفتن و ممکنه جنبه ی پنهان داشته باشن رو پیدا و بهشون واکنش مناسبی نشون بدیم که باعث رشد خودمون و جامعه بشه.

83. بیداری در پورتال انتزاعی

84. پیدا کردن پورتال های خروج از یک اتمسفر
85. درک زمان درست خروج از اتمسفر
86. کشف پورتال های ورودی اتمسفر
87. درک لزوم ساخت اتمسفر
88. درک زمان خروج از یک اتمسفر خودساخته_ اتمسفرهایی که با عشق ساخته شدن، با بلوغ ترک میشن. بریدن تعلق از ساخته ی خود.
89. پاکسازی اتمسفر
90. استفاده از سرنخ های کوچک و بی اهمیت (شاید برای ساختن یک اتمسفر جدید)
91. درک مفهوم بی‌تفاوتی
92. پیدا کردن یا طراحی انگیزه برای بی تفاوت ماندن.
93. درک مفهوم حواس پرتی
94. درک مفهوم تمرکز

95. درک مفهوم بدبینی
96. واکنش نشون دادن در موقعیت بدبینی
97. مو رو از ماست کشیدن، درک مفهوم اوسینت (هوش داده‌باز)
98. مهارت استفاده از اوسینت